

【お知らせ】

ホームページをリニューアルしました!!
QRコードを読み込むとご覧いただけます。
ぜひ、ご覧ください。



ホームページ

メールアドレスも変更していますので、問い合わせの際は
お間違いないようにお願いします。
新アドレス viga@gosen-sports.com

【教室の申込方法】 教室(まとめ払いコース)と600円教室・シニア向け400円教室の申込方法が異なりますのでご注意ください。

教室(まとめ払いコース)

申込

各教室の初日の前日(※当日の受付は不可)までに、①または②の方法で申込ください。
①さくらアリーナで申込⇒会費または参加費を添えて申込用紙を提出してください。
②総合会館で申込⇒申込用紙を提出。会費または参加費は初回にスタッフにお支払いください。
教室の開始日以後のキャンセルは返金できませんのでご注意ください。

600円教室・シニア向け400円教室

申込

※登録制ではありませんので必ず申し込みをお願いします。
開催日ごとにヴィガ事務局へ営業時間内(月～金 9時～17時(祝日を除く))に事前にお申し込みください。
電話またはメールでの申し込みもできます。定員となり次第締め切ります。
参加費は当日、会場にてお支払いください。キャンセルについては必ず連絡をお願いします。

【注意事項】 ※ヨガマットの貸出はありません。各自でご準備ください。

- ①受付は先着順です。定員となり次第締め切ります。
- ②継続の方が優先となりますので申込できない場合があります。お問い合わせください。
- ③申込人数が5人未満の場合には、教室を実施できない場合があります。
- ④日程、会場等が変更になる場合もあります。
- ⑤小学生は会員価格で受講できます。ただし、受講できない教室もありますのでお問い合わせください。

申し込み・問い合わせは
事務局までお願いします。

※申し込みは総合会館でも受け付けます。

市の教室 健康増進・体力づくり教室の詳細は、五泉市ホームページにある健康・スポーツカレンダーをご覧ください。

【問い合わせ】
五泉市教育委員会スポーツ推進課生涯スポーツ振興係(総合会館内)
TEL:0250-42-5194



健康・スポーツ
カレンダー



2025年度 サポーター会員を募集しています!!

個人・企業問いません。誰もが気軽に楽しめる環境づくりにご協力をお願いします。企業名(団体名)は2025年度発行の広報誌に掲載させていただきます。詳しくはヴィガ事務局までお問い合わせください。

総合型クラブ **ヴィガ** 団体サポーター会員様

※2024年11月末現在 順不同

お客様の言葉では言い表せない想いをカタチに。カタチにしたモノに更に「付加価値」を。

plus α

阿部印刷株式会社

〒959-1704 新潟県五泉市村松2006番地 TEL 0250-58-5115
E-mail: office@ap-crea.com URL: http://www.ap-crea.com

Denka デンカ株式会社
五泉事業所

新潟工場 新潟県五泉市南本町1-2-2
鍍金工場 新潟県五泉市木越字鍍金1309-1

石曽根医院

診療科目 内科

石曽根 7990 TEL 58-6335

酒肴 **城の里**

各種宴会承ります

城下2丁目773-1 TEL/FAX 0250-47-8821

空調から給水まで 地域の暮らしを支えます

株式会社 越配

水回りの119番 急なトラブルに対応いたします!

0120-43-4177

いしぞね薬局

石曽根 7991-1 ☎58-8233

OGRO SPORTS カイトスポーツ

オグロススポーツ 本町2 TEL 43-0223

(有)若月保険事務所

本町 2-1-9 TEL 43-5521

トリプル・ピーシー

PC 本町 1059-2 TEL 41-3210

農事組合法人 **グリーンサポート**

羽田設備

本田屋508 TEL 58-5577

五泉市
スポーツ推進委員協議会

e-スポーツクラブ

五泉空手道会
会員募集中!!

村松スキークラブ

一般社団法人 五泉市スポーツ協会 総合型クラブ ヴィガ

ヴィガ

Sports Club
V I G A

です!!

広報誌
第47号

広報誌発行 2025年6月

イベント情報

こどもうんどうかい!



ともだちといっしょに夏の思い出をつくろう♪

8/11 (月・祝)

●会場 総合会館 中ホール

●時間 午前10時～正午 終了予定
(受付 午前9時30分～9時50分)

●対象 年中～小学4年生

●参加費 1人 500円(保険料込)
※当日、受付でお支払いください。

●持ち物 内履き(運動靴)、タオル、飲み物等

●申込み ①申込フォームで申し込む。
②ヴィガ事務局(さくらアリーナ内)に電話で申し込む。
名前・年齢(学年)・保護者名・住所・電話番号をお伝えください。

詳しくは、後日発行のチラシをご覧ください。受付は先着順となりますので定員となり次第締め切ります。



申込フォームは
こちら



申込締切
8/4(月)

教室日程の変更または中止となる場合があります。変更等があった場合は、ホームページ等でお知らせいたします。

一般社団法人 **五泉市スポーツ協会**
Gosen Sport Association

総合型クラブ ヴィガ 事務局

営業時間 月～金 9時～17時(祝日を除く)
※営業時間外の問い合わせについては翌営業日以降の回答となります。ご了承ください。

〒959-1701
五泉市石曽根 8074 番地 1 さくらアリーナ内(村松体育館)
電話 0250-58-6373 FAX 0250-58-6384
メール viga@gosen-sports.com ※メールアドレスが変更になりました



Instagram



フェイスブック



ホームページ

総合型クラブ



教室日程表

2期（7・8・9月分）

お 願 い

教室（まとめ払いコース）の申し込みは電話で受付できません。※600 円教室・シニア向け 400 円教室を除く。必ず、教室開始前日までに参加費を添えて申し込みをお願いします。

●教室体験 会員：300 円 非会員：500 円

●エンジョイ系プログラム教室体験 各期 2 回まで体験可
前日までにヴィガ事務局にお申し込みください。
1 教室 1 回限り(1 回のみ教室は除く)満員の場合は申込できません



エクササイズ系プログラム 【まとめ払いコース】

教室名	曜日	時間 会場	開催日					定員	指導	参加費 会員/非会員	内 容 等
ヨガ&ピラティス	月	10:00～11:00 さくらアリーナ 多目的ケアルーム	7/7	7/14	8/4	8/18	8/25	30人	金子光子	【会 員】 3,150 円 【非会員】 5,400 円	ピラティスで体幹を鍛え、ヨガのリラクゼーションで健康な身体作りを目指していきましょう。
ステップエアロ	火	13:30～14:30 さくらアリーナ 多目的ケアルーム	7/8	7/15	7/22	7/29	8/5	20人	宮崎寛美	【会 員】 3,500 円 【非会員】 6,000 円	リズムに合わせて踏み台（ステップ）の昇降運動を行います。太ももの大きな筋肉を使うので短い時間で運動量が多くなります。少しずつレベルアップしていきますので気軽に参加してください。
コアトレ+（プラス）	水	19:15～20:00 ラポルテ五泉 多目的1	7/2	7/9	7/16	8/6	8/20	15人	宮崎寛美	【会 員】 2,800 円 【非会員】 4,800 円	コアトレーニングをベースにピラティス・ストレッチ・ヨガで体幹力UP。 心を落ち着かせ「身体の質」「心の質」「生活の質」の向上を目指します。
50 歳からの 筋トレ&ストレッチ	金	19:30～20:30 さくらアリーナ 多目的ケアルーム	7/4	7/11	7/18	7/25	8/1	15人	樋口孝男	【会 員】 3,500 円 【非会員】 6,000 円	どこでもできる自重を使つての筋トレを中心に行います。筋トレ初心者向けの教室です。

エンジョイ系プログラム 【まとめ払いコース】

教室名	曜日	時間 会場	開催日					定員	指導	参加費 会員/非会員	内 容 等
エンジョイ バドミントン(村松)	火	10:00～11:30 さくらアリーナ アリーナ	7/8	7/15	7/22	7/29	8/5	20人	金子仁美	【会 員】 2,000 円 【非会員】 5,000 円	気軽に楽しくバドミントンを楽しみましょう。どなたでも気軽に楽しめます。※ラケットの貸出はできません。
エンジョイ スポレック& バドミントン(五泉)	水	10:00～11:30 総合会館 大ホール	7/2	7/9	7/16	7/23	7/30	25人	浅井恵子	【会 員】 2,000 円 【非会員】 5,000 円	気軽に楽しくバドミントンを楽しみましょう。スポレックは、スポンジボールで行う室内テニスで安全性も高く、スピードもあり出ないので、どなたでも気軽に楽しめます。※ラケットの貸出はできません。スポレックラケットについてはご相談ください。
エンジョイ卓球 (村松)	木	9:30～11:30 さくらアリーナ アリーナ	7/3	7/17	7/24	7/31	8/7	25人	堰勝弥	【会 員】 2,000 円 【非会員】 5,000 円	初心者から経験者まで、みんなで楽しく卓球を楽しみましょう。1 人でも大丈夫ですので気軽にご参加ください。※ラケットの貸出はできません。
エンジョイ卓球 (五泉)	金	9:30～11:30 総合会館 大ホール	7/4	7/11	7/18	8/1	8/8	30人	木村イエ子	【会 員】 1,800 円 【非会員】 4,500 円	

コーチング系プログラム 【まとめ払いコース】

教室名	曜日	時間 会場	開催日					定員	指導	参加費 会員/非会員	内 容 等
～レッスンプロが教える～ 初級テニス教室	木	13:30～15:00 さくらアリーナ アリーナ	7/3	7/17	7/24	7/31	8/7	16人	渡辺央	【会 員】 5,500 円 【非会員】 9,500 円	レッスンプロが基礎から教える初級者向けのテニス教室です。

600 円教室 1 回のみ教室です♪気軽に参加してみませんか！？ 1 回 600 円

★の教室は、会員は全日程申込で会員価格での申込ができます。詳しくは事務局へお問い合わせください。

教室名	曜日	時間 会場	開催日					定員	指導	内 容 等
★ リフレッシュヨガ	火	19:30～20:30 さくらアリーナ 多目的ケアルーム	7/8	7/15	7/22	7/29	8/5	20人	相澤恵津子	身体の不調を、自らの力で身体を動かすことで、身体と心の快適な状態を目指していくクラスです。健康で幸せな日常のためにどなたでもお待ちしております！ 会員申込(全10回)3,500 円
★ 内臓脂肪撃退 トレーニング 五泉	火	19:30～20:30 総合会館 中ホール	7/1	7/8	7/15	7/22	7/29	25人	吉田純子	筋トレや有酸素運動で内臓脂肪を燃やします。運動不足解消にいかがですか？ 男女どちらの参加もお待ちしております。
★ 内臓脂肪撃退 トレーニング 村松	火	19:30～20:30 さくらアリーナ 多目的ケアルーム	7/2	7/9	7/16	7/23	7/30	20人	相澤恵津子	★五泉会場 会員申込(全9回)3,150 円 ★村松会場 会員申込(全10回)3,500 円
ヨガフィットネス	水	10:00～11:00 さくらアリーナ 多目的ケアルーム	7/2	7/9	7/16	7/23	7/30	20人	宮崎寛美	自分の身体に向き合いヨガやピラティスで身体を整え、体を引き締めましょう。
★ やさしいヨガ	木	10:00～11:00 さくらアリーナ 多目的ケアルーム	7/10	7/17	7/24	7/31	8/7	25人	嶋田亜依	1 日の良いスタートダッシュに呼吸を整えて体と心を健康に導きます。 会員申込(全10回)3,500 円
おためし エクササイズ ①ヨガ&ストレッチポール ②脂肪燃焼サーキット ヨガマット使用	木	19:30～20:15 さくらアリーナ 多目的ケアルーム	7/10 ①	7/17 ②	7/24 ①	7/31 ②	8/7 ①	20人	②① 吉相澤 田澤 恵純 津子	①ヨガ&ストレッチポール ヨガとストレッチポールで身体を整えていきます。 ②脂肪燃焼サーキット 筋トレと有酸素運動の組み合わせで脂肪燃焼をしましょう。
★ 筋トレ& ゆるステップ ヨガマット使用	金	10:00～11:00 総合会館 各技場	7/4	7/11	7/18	8/1	8/8	20人	相澤恵津子	筋トレと踏み台（ステップ台）昇降運動で運動不足解消しましょう。 会員申込(全9回)3,150 円

シニア向け 400 円教室 おおむね 65 歳以上を対象とした教室です。

1 回ごとに申し込みの教室です♪気軽に参加してみませんか！？

1 回 400 円



教室名	曜日	時間 会場	開催日					定員	指導	内 容 等
シニアスマイル 運動教室	月	10:00～11:00 五泉包括 支 援 センター	7/7	7/14	7/28	8/4	8/18	20人	エイスポ ンツ クラブ	音楽に合わせて楽しくからだを動かしましょう。笑いがいっぱい の教室です。
シニアのための かんたん トレーニング(五泉)	火	13:30～14:30 総合会館 第 3・4 会議室	7/1	7/8	7/15	7/22	7/29	20人	吉田純子	ストレッチ・筋トレ・貯筋運動などで運動不足を解消しましょう。運動したことのない方も気軽にご参加ください!!
シニアのための かんたん トレーニング(村松)	金	13:30～14:30 さくらアリーナ 多目的ケアルーム	7/4	7/11	7/18	7/25	8/1	20人	ヴィガ スタ ッフ	※全日程まとめて支払いができます。詳しくは事務局へお問い合わせください。